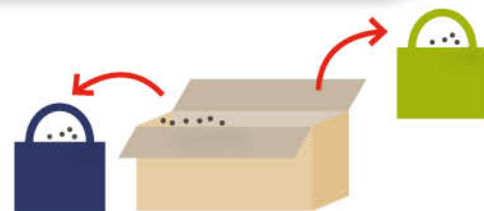


SAMEN INKOPEN

In Heeg zijn we al die overvloedige verpakkingen zat. In 2019 zijn we begonnen met het gezamenlijk inkopen van grootverpakkingen van biologische producten als rijst, noten en rozijnen.



1. HOE?

We verzamelen de bestellingen in een app-groep.
We kopen in bij een beperkt aantal (biologische) leveranciers en verdelen dan zelf de boodschappen in onze eigen herbruikbare verpakkingen.
Hiermee besparen we veel verpakkingsmateriaal.

WAT HEB JE NODIG OM TE BEGINNEN?*

- gelijkgestemden
- een app groep
- een lijst producten
- inkoopadressen

*Tip: begin gewoon klein, al doende kom je erachter wat voor jullie het beste werkt!

VERPAKKING BESPAARD

Kleine plastic bakjes, kleine zakjes en kleine glazen potjes met grote plastic doppen zorgen voor veel verpakkingsafval. Kijk wat wij bespaarden.



WAAROM?

We zijn het zat: een plastic bakje, in een plastic zakje met een aluminium laagje, in een kartonnen doosje voor negen koekjes.

MET GRATIS BIJWERKING 1

GELD

De meeste biologische producten in grootverpakkingen die wij bestelden, waren 15 tot 60% goedkoper dan in kleine verpakkingen uit een gewone

MET GRATIS BIJWERKING 2

INSPIRATIE

We gingen nieuwe dingen proberen en wisselden recepten uit.

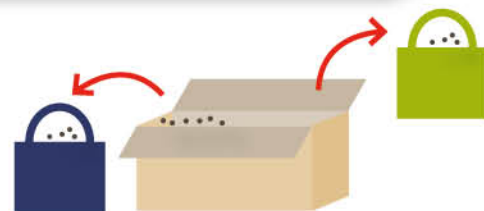
CO₂

MET GRATIS BIJWERKING 3

Door onze inkoopvraag te bundelen reed de bezorgdienst veel minder vaak voor.

SAMEN INKOPEN

In Heeg zijn we al die overvloedige verpakkingen zat. In 2019 zijn we begonnen met het gezamenlijk inkopen van grootverpakkingen van biologische producten als rijst, noten en rozijnen.



2. HOEVEEL BESPAAR JE ECHT?

89% - Wij bespaarden tot wel 89% aan verpakkingsmateriaal op sommige producten. Niet iedere grootverpakking levert evenveel voordeel op. Dat ontdekten wij toen we onze verschillende grootverpakkingen gingen wegen. Zo was bijvoorbeeld de plastic emmer voor 6 kg noten relatief zwaar.

VOEDSELKILOMETERS - Zorg dat je het aantal leveranciers beperkt, waardoor je boodschappen zo min mogelijk voedselkilometers maken. Let er ook op waar je bestellingen geproduceerd zijn.

NB Soms zit een kleinverpakking in plastic en een grootverpakking in papier. Of je het best kunt kiezen voor papier, glas of plastic, dat laten we hier even buiten beschouwing.

WAAR MOET JE OP LETTEN?

- verpakkingsquotiënt
- beperkt aantal leveranciers
- waar komt het product vandaan?

LET OP!

Je kunt wel denken dat je heel goed bezig bent door samen in te kopen, maar soms betekent een grootverpakking juist meer verpakkingsafval.

$$\frac{\text{verpakkingsgewicht (gr)}}{\text{productgewicht (kg)}} = \text{VPQ}$$

VPQ = VERPAKKINGSQUOTIËNT

Deel het verpakkingsgewicht in grammen door productgewicht in kilo's en je krijgt het verpakkingsquotiënt.

VOORBEELD:

190 gr noten in plastic bakje van 17 gr → VPQ = 89
6 kg noten in plastic emmer van 394 gr → VPQ = 66
10 kg noten in plastic zak van 100 gr → VPQ = 10

NOTEN
0,19 KG



89



NOTEN
6 KG

66

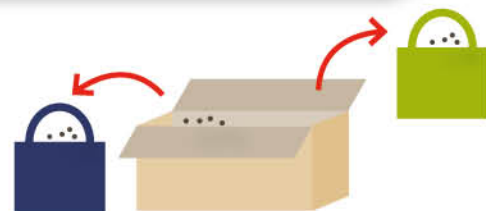


NOTEN
10 KG

10

SAMEN INKOPEN

In Heeg zijn we al die overvloedige verpakkingen zat. In 2019 zijn we begonnen met het gezamenlijk inkopen van grootverpakkingen van biologische producten als rijst, noten en rozijnen.



3. PRODUCTEN & ADRESSEN

DROOGWAREN

Droogwaren als thee, kruiden, koffie, rozijnen, noten, gedroogde vruchten en meel lenen zich goed voor grootverpakkingen. In Heeg kopen we deze producten via

www.biologischetoko.nl - biologische webshop

www.denotenshop.nl - noten, zaden en vruchten (deels biologisch)

www.hetblauwehuis.nl - kruiden, biologisch dynamisch

www.gkzas.com/nl - biologische olijfolie

www.molenhetlam.nl - biologisch meel



KOPEN IN JE BUURT MET MINDER VERPAKKING

In onze inkoopgroep wisselen wij ook tips en ideeën uit over producten

in statiegeldpotten of -flessen

zoals bijvoorbeeld zuivel of vruchtensap in de supermarkt of de boerderijwinkel in de buurt.

in meegebrachte verpakkingen

zoals bijvoorbeeld vlees, groente, kaas, eieren, bloemen, kruiden bij de lokale middenstand, zelfoogsttuinen, op de markt of bij de rauwe melktap van de boer.

in grootverpakkingen

zoals bijvoorbeeld bij sommige (natuurvoedings-) winkels of bij de molen.

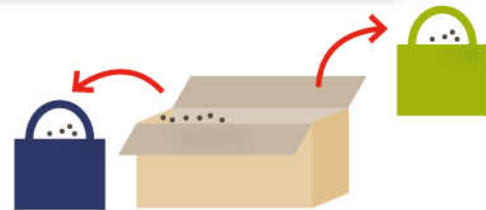
TIPS

- Kijk met een verpakkingsbril op naar je omgeving. Er is meer verpakkingsvrij te koop dan je denkt!
- Meer mensen geïnteresseerd? Neem ook hun boodschappen mee, dat scheelt CO₂.
- Het lijkt misschien gek om je eigen verpakking mee te nemen naar de winkel, maar steeds meer mensen doen het. Gewoon proberen!



SAMEN INKOPEN

In Heeg zijn we al die overvloedige verpakkingen zat. In 2019 zijn we begonnen met het gezamenlijk inkopen van grootverpakkingen van biologische producten als rijst, noten en rozijnen.



4. H.I.K. DOE HET ZELF

In Heeg kopen we veel samen in. Soms kun je nog meer verpakkingen besparen door dingen zelf te maken. Laat je door de ideeën hieronder inspireren en kijk voor onze favoriete recepten en tips op onze website www.duurzaamheeg.nl.



VERPAK HET ZELF

ZAKKEN & NETJES

Naaï van een restje stof een paar zakken om je brood, groente of fruit te verpakken.
Of haak een leuk fruitnetje van restjes katoenen garen.

POTTEN & BLIKKEN

Bewaar glazen potten en gebruik ze voor je kruiden en zelfgemaakte jams en soepen.
De kringloopwinkel is een goede plek voor het vinden van (grote) voorraadblinden en glazen voorraadpotten.

WASMIDDEL

Zelf wasmiddel maken van zeep en soda is heel eenvoudig. Het scheelt enorm veel verpakkingsmateriaal én geld.

DEO

Maak je eigen deo en doe de spuitbussen of rollers aan de kant. Het scheelt heel veel geld en werkt nog beter ook.

MAAK HET ZELF

AAN DE SLAG IN DE KEUKEN

INMAKEN

Zelf jam maken is makkelijker dan je denkt. Hetzelfde geldt voor appelmoes maken.
Ingrediënten: zelfgeplukt fruit, suiker en je eigen hergebruikte glazen potten.

KOEKJES BAKKEN

Wil jij ook nooit meer negen koekjes in een bakje, in een zakje in een doosje? Bak ze gewoon zelf. Het kost echt niet veel tijd, is veel lekkerder en je huis gaat er heerlijk van ruiken!

SOEPEN, SAUZEN & DIPS

Je bespaart enorm veel blinden, niet-recyclebare zakken, potten en plastic bakjes als je zelf soep, tomatensaus of humus maakt. Makkelijke recepten op onze site!

DROGEN

Droog je eigen kruiden of maak je eigen verpakkingsvrije kruidenthee.
BONUS: je thee zonder theebuiltjes blijft vrij van microplastics.

GEBRUIK JE TUIN

GROENTE & FRUIT

In je tuin groeit alles verpakkingsvrij: aardbeien, appels, rode bessen, sla of boontjes. Je vitamines binnen handbereik én zonder plastic!

KRUIDEN

In je tuin, op je vensterbak of op je terras is vast nog wel een hoekje vrij voor een paar kruidenplanten.
Eet ze vers in de zomer en droog ze voor de winter: het hele jaar kruiden zonder verpakking.

KOOP KIPPEN

Met kippen heb je altijd verse eieren. Je bespaart niet alleen verpakkingsafval, maar kippen eten ook nog eens veel groenafval. Win win.

WAAROM?

Sommige dingen zijn makkelijk zelf te maken en tegelijkertijd zelfs lekkerder of gezonder! En verpakkingsvrij!

TIPS

Kies om te beginnen iets dat je leuk lijkt om te doen!
Doe niet alles zelf en ruil met vrienden en buren: verse kruiden voor zelfgebakken koekjes of eigengemaakte soep voor een doosje eieren.

Creative Commons

Dat wil zeggen: Delen mag, mits ongewijzigd, met naamsvermelding en op niet-commerciële basis.



de Hegemer Inkoop Combinatie is een initiatief van www.DuurzaamHeeg.nl